

上海在全国率先探路社区康复,本报记者深入调查示范性社区康复中心——

“家门口做康复”让患者活得更有质量

■本报记者 唐闻佳 李晨瑛

“康复科是干什么的?”

闵行浦锦社区卫生服务中心康复科负责人王伟,至今仍记得2019年医院新开康复科时,不时有居民探着脑袋来问。

居民对这个学科“消化”一番,而需求就在一个个病例的积累中释放:这三年,慕名而来的患者越来越多,不仅有周边居民,还有人专程从杨浦赶到闵行——要知道,这种“跨区择医”通常出现在三甲医院。此外,还有仁济医院的医生将手术后患者也介绍到她这里做康复……

闵行浦锦社区卫生服务中心目前已被列入上海市示范性社区康复中心。这个小小社区医院里的康复科不仅周一到周五“开满”,还加开周六门诊满足“上班族”的需求。

“老百姓的口碑是最好的奖杯。”王伟很自豪。在王伟身后,一张计划遍布全市的“社区康复网底”正在加速铺设。据上海市卫健委发布的消息,截至今年11月下旬,上海市示范性社区康复中心总数已达到91家,这也意味着始于2021年的上海市为民办实事项目“示范性社区康复中心”建设经过两批推进后,一系列智能示范康复服务正进入社区。

放眼全国,上海又一次率先试水,勇当社区康复探路者。

家门口的康复科:“开张”3年不到收获满墙锦旗

运行不到3年,收获了40多面患者送来的锦旗,王伟所在的闵行浦锦社区卫生服务中心康复科“人气”颇高。有患者感慨,“解决了在外头跑了两三年都没解决的问题”。

这个社区里的康复科有多厉害?王伟笑言,其实患者得的大部分都是常见病,包括颈椎病、疼痛、中风后遗症等。但在这里看病,与“大三甲”又有不同。

王伟记得,2019年9月康复科刚开时,来了一位患者。这是一名爱旅游的上海阿姨,后来由于脚痛,无法长距离走路,旅游计划只能搁置。一次,她随丈夫一起到社区看牙,路过康复科,抱着试试看的心态成了“首批患者”。

“先生陪我跑了很多大医院,各种检查都做了,就是看不到。”听着阿姨的讲述,王伟进行检查后,感觉她的情况更像是足弓和足底软组织方面的问题。经过两次康复治疗,阿姨的情况有改善,但没完全好。为此,王伟开始翻文献,“可能是足底小关节错位,所以拍片子看不到。”循着这方向,王伟又给阿姨做了两三次治疗。之后,阿姨没再来。她的丈夫到社区看牙时特地来到王伟所在的康复科,带来一个好消息:“我老婆的脚好啦!找对医生,太重要了!”

从读研究生开始到正式踏上工作岗位,这些年来,王伟在上海市第六人民医院、徐汇区中心医院、华山医院静安分院等医院参与或独立负责的康复病人很多,而这名“复杂系数不高”的患者,却让她特别有成就感。这,是对她在2019年主动投身社区康复的莫大鼓舞。

都说社区康复是康复医疗体系的“网底”,但多年来,这个“网底”一度是缺失的。随着上海掀开示范性社区康复中心建设,改变正在一点点发生,更多的居民开始获益。

位于徐汇区斜土路街道社区卫生服务中心的康复中心,是今年第二批公布的上海市示范性社区康复中心,1300多平方米的“超级大平层”在全市数一数二,内设磁振热、冲击波超声波室、作业治疗室、言语治疗室等区域。天轨系统、上肢康复机器人、腕关节康复机器人等以往在三级医院配备的智能康复设备,在这里一应俱全。

斜土路街道社区卫生服务中心主任颜骏说,有了这些设备“加持”,患者在“家门口”康复显然更有“医”靠。

朱阿姨今年70岁,一年前因左肩周炎导致左肩关节疼痛,梳头、穿衣都很困难。听邻居说,要治这病没什么好办法,只能靠自己手指“爬墙”。于是,朱阿姨就坚持每天“爬墙”训练,但数月下来疼痛没好转,生活却受到严重影响。在一次配药中,她偶然接触到斜土路康复科,在康复团队的帮助下,运用智能康复设备,配合治疗师的手法治疗,3周不到,朱阿姨的左肩关节活动明显好转,生活细节动作能轻松完成了。“没吃一粒药,帮我解决了大问题。”朱阿姨很感激。

到社区康复的,不只有老年人。39岁的张晨(化名)两年前在上班路上遭遇车祸,脊髓受伤严重,下肢截瘫。做完手术后他无继衔接地住进一家康复医院。两年间,他“收获”了一摞病例和收据,从只能卧床,到后来下肢开始可以渐渐活动……但医院的消毒水味,还有日复一日头顶的白色天花板,让他怎么也不想再待下去。回家,是他住院两年后唯一的想法。可回家之后呢?所幸,当张晨被家人用轮椅推进虹口区嘉兴路街道社区卫生服务中心时,他的世界仿佛开了一扇新的窗。

“以前,我们绝对没能力接诊这样的康复患者,但现在,我们完全可以。”嘉兴路街道社区卫生服务中心康复治疗师孙华说。今年9月,这里同样获批成为“上海市示范性社区康复中心”,让张晨这样的重症患者有了在“家门口做康复”的可能。

“这里的治疗师给我很多信心,我要努力康复,争取早日回归社会。”张晨说。

治疗是让患者“活下来”,康复是让患者“活得好”

在普陀区万里街道社区卫生服务中心,81岁的季奶奶是不幸的,又是幸运的。今年9月,她外出买菜,被助动车带到、摔倒,送至嘉定区江桥医院急诊,经检查后诊断为“左侧股骨粗隆间骨折”。9月14日,老人在全麻下接受了左侧股骨粗隆间闭合复位内固定手术。手术很顺利,为寻求进一步康复治疗,9月19日,季奶奶住进了万里街道社区卫生服务中心。这里也是上海市示范性社区康复中心。

“刚来医院时季奶奶很焦虑,平日里身体硬朗的她,一时



▲普陀区万里街道社区卫生服务中心治疗师徐人杰给老人做康复训练。

本报记者 唐闻佳摄



▲在嘉定区迎园医院内患者用康复机器人训练,如同打游戏。

虹口区嘉兴路街道社区卫生服务中心“示范性社区康复中心”今年9月开门,对于病情较严重的患者而言,在家门口做康复不再遥不可及。

(除署名外均受访方供图) 制图:冯晓瑜



▲普陀区桃浦镇社区卫生服务中心内的心康示范中心的多功能训练器械。

无法接受自己只能躺在病床上、不能行走的事实。”康复治疗师徐人杰比季奶奶稍早来“报到”,1999年出生的他今年6月刚从上海健康医学院毕业。因为学的是康复医学,他毅然选择投身社区康复事业。

“医生,我什么时候可以站起来啊?”这是季奶奶见到徐人杰说的第一句话。

“您别急,接下来几天,我会带您在床上进行一些活动,先把肌肉力量练起来。”徐人杰耐心安慰。

“有这句话,我就放心了,一定全力配合你们治疗。”事后证明,老人不是随便说说的。

万里社区的康复团队根据老人情况制定了针对性康复计划,并使用中医手段辅助治疗。“对骨折术后患者,除了主刀医生明确说要制动的,早期床上运动是很有必要的,能为患者重新站立、行走打下基础。”徐人杰说。

万事开头难。就在治疗后第二天,老人眉头紧锁。“徐医生,我的左大腿好痛,是不是运动量有点大?”

“肌肉酸痛是因为骨折后长期卧床,重新活动后肌肉不耐受,我给你揉揉……一定要再坚持几天。”徐人杰耐心解释。

81岁的“模范学生”与22岁的“康复新兵”磨合得不错。转到了国庆假期,徐人杰给季奶奶布置了“假期作业”:训练一套动作。

假期过后,徐人杰刚回来上班,就见到这样一幕——

“徐医生,快来看,我要给你一个惊喜!”季奶奶话音刚落,就直直抬起了左腿,展示着自己的“康复成绩单”。

“真是太好了,再练几天,您马上就能站起来走路了!”徐人杰很兴奋,他事后告诉记者,这是老人第一次纯粹自己的力量抬起左腿,对她的康复之路来说,这是个里程碑式的成果。

之后的半个月,季奶奶康复信心越来越强,身体运动能力也越来越好,到10月下旬,她已经能在助行器辅助下独立行走,康复团队开始给她安排另一个康复训练项目——走楼梯。



“老人平时独居,家住三楼,没电梯,所以我们告诉她走楼梯的要点,把重心放在健康腿,站立不稳时学会‘借力’,将损伤最小化。”万里街道社区卫生服务中心康复医学科主任邹帆从一家三级医院“跳槽”,加盟万里。他告诉记者,在康复评定中,有一条叫做患者职业测定。也就是说,康复团队会询问患者发病前的职业或生活场景,相应康复训练就是为了让他们真正重返社会、重回生活。

“我年轻时就是一个要强的人,我不能接受躺在床上、别人喂饭度过下半生,那不是活着该有的样子。”对于社区医护,季奶奶有说不尽的感谢,“在我无比失落时,是他们用专业技术让我重新站起来。”

在实地走访的过程中,康复医生也跟记者反复强调这一点:如果说治疗的目的是让患者尽可能“活下来”,那么康复就是让患者“活得好”,活得更有质量。患者脑梗、心梗后,经过急诊手术救了回来,但却从此躺在床上,再也走不出家门,这不是医学治疗的根本目标。治疗之后,康复得跟上。

因为季奶奶的出现,徐人杰对自己从事的这份职业更有信心。这是他将学校所学用于患者、相信康复让患者重返社会的第一个案例,他很有成就感。

“如果能早点介入康复,他们不一定就这样躺在床上”

普陀区桃浦镇社区卫生服务中心作为上海市第二批示范性社区康复中心,于今年9月5日正式运行,迎面墙上的一句话很醒目——“给我一份信任,还你一份健康”。它不仅写在墙上,也写进了患者的心里。

47岁的老庄是一名司机,因久坐、缺乏运动,导致腰部疼痛难忍,腰椎活动受限,急性发作时无法站立。老庄曾在多院检查,未见明显异常。多年来,只要腰痛发作,他就吃止痛药,

但近来在服药后胃痛明显,熬不住了,只得到桃浦社区医院求助。“这是长期劳损导致的严重肌力劳损。”康复团队给老庄开出处方,并督促他养成良好的生活工作习惯,避免久坐。

经过四周康复加中医药治疗,老庄的腰痛缓解了,此后半年随访中,康复团队对他的居家康复治疗进行了针对性指导。目前,老庄已有半年没有再犯病,同时因为半年没服用止痛药,消化道症状也缓解了。

“老庄这样的患者在桃浦社区不是少数,很多患者比他年纪大、病情重。”桃浦镇社区卫生服务中心党支部书记杜逸梅说。

杜逸梅与同事们对这种康复需求的获知,源于偶然的“入户”经历。原来,随着上海市试点长护险,社区卫生服务中心承担了周边居民的身体失能情况评级工作,就因这份工作,社区医务人员敲开了一扇扇房门,结果发现,“社区里居然有这么多脑梗、中风偏瘫后的患者,如果能早点介入康复,他们不一定就这样躺在床上。”

储备培养康复医师、康复治疗师、中医康复师,送医生去华东医院、华山医院学康复,送护士去学康复护理……由于布局早,桃浦镇社区卫生服务中心也入选了第二批示范性社区康复中心。

诚然,社区康复中心发展要有“后劲”,离不开人才与学科建设。“起初我也担心,除了老人热衷理疗,年轻人是否会走进社区,给我们一次机会?”浦东新区金杨社区卫生服务中心主任唐岚说。让她意外的是,有一天她遇见一名40多岁的白领来做心脏体外反搏康复训练。离家近、环境好、排队少……在这位患者眼里,社区康复虽然还在建设提速阶段,但吸引力着实不小。

两年来,金杨社区卫生服务中心门诊康复服务近20万人次,平均年龄56.8岁。“要留住患者,最根本的还是对专业的认可。”在唐岚看来,获取预期疗效,居民对社区康复的接受度自然攀升,但社区康复整体学科能力的提升则离不开上级医院辐射。

目前,金杨社区卫生服务中心正和仁济医院心脏康复中心、东方医院康复科、心内科,以及公利医院康复科和全科等积极联动,为患者打通“上下转诊”的通道。

“常规康复要留在社区,疑难重症转到三级医院评估后,再回到社区。”华东医院康复科副主任医师徐国会认为,如此良性互动才能帮助康复医学走得更远。

华东医院康复团队经常“下社区”,康复科副主任医师潘毓健每月定期到嘉定区迎园医院开专家门诊。“通过带教查房、疑难病例讨论等,希望带动区域康复能力提升。”徐国会说,带教中也会选拔社区“好苗子”,然后以师傅带徒弟的形式加以培养,许多课题也会与社区联动开展。

有人选择主动“回流”,但“年轻学科”依旧求贤若渴

走访的社区康复中心多了,徐国会也不禁赞叹,“论设备,有些比我们医院的还好!”但眼下,社区康复“热起来”,徐国会也深悉其背后的困境——依旧缺人!

采访中,多名社区卫生服务中心负责人对康复人才表达“渴求”意愿。虹口区嘉兴路街道社区卫生服务中心主任黄柳甚至透露,已将康复医生招聘信息“置顶”,但有意者寥寥。

多名三甲医院康复科教授告诉记者,在我国,康复医学依旧算“年轻学科”,“重治疗、轻康复”的传统观念一时难以纠偏,客观上造成康复人才短缺,选择康复医学的医学生较少,康复医师薪酬待遇有待提高等种种关联因素。直到汶川地震后,我国康复医学才算经历了一次大发展,而走到今天,多家大型医院的康复人才依然紧缺。“每年从医学院校毕业的康复专业学生本来就有限,且大多流向二三级医院,还有多少人能留给社区?!”有业内人士如此剖析。

因此,在政策层面,上海近年来不断通过医联体建设等,加大对社区康复人才的培养。与此同时,也有一些康复人才开始主动“回流”社区。

孙华原先就职于某三甲医院,2012年来到嘉兴路街道社区卫生服务中心工作,今年正好十个年头。在这里,孙华有自己的“粉丝”。“一些居民就像家里的长辈一样,事事关心我,有任何问题也习惯来问我一句。”孙华说,和在三甲医院从医不同,社区给他的感觉很不一样,“与居民接触时间长,很多时候觉得他们就像老朋友,很有人情味。”

扎根社区康复三年,王伟的这种感觉也日益强烈。“在大医院里,为了让更多人享受优质医疗服务,床位必须要‘转起来’,但对康复病人来说,这个以天计算的周转率是不够康复的,而社区可以好好做。”其实,王伟也正是带着这份对患者需求的“嗅觉”,投身到自己家门口的社区医院。

2019年8月,意气风发的王伟来到闵行浦锦社区卫生服务中心康复科。“当时新购置器械还没拆箱,我跟装修自己的新家一样,设计器械摆放位置、病区流程。”王伟不担心“没病人来”,她耐心接待每一个探头进来询问的患者,还免费给居民做康复。记得当时有一名患者手抬不起来,她一点点查,发现是颈椎病导致神经压迫,给予消炎消肿康复治疗,第二天患者就不疼了,第三天,患者提着两大袋白菜回到康复科,“这是我自己的,你一定要尝尝”。

就这样,一个又一个病例,积攒着这个社区康复中心在居民心中的口碑。如今,这里的康复治疗量明显上升,康复医生、治疗师队伍不断扩容,年门诊量达到2000人次左右。

两年多的时间,王伟只有“单休日”——每周六除了半天门诊,还得去康复病房看看患者,如今正在推进中的示范性康复中心建设,更让她“忙起来”。

边工作,边接受采访的王伟聊着,记者也真切感受到了社区康复蕴含的温度。俗话说,“很多大病,三分靠治,七分靠养。”居民到哪里养病?康复是一个典型的“以人”为中心的“场景”,而人,本身是复杂的,每个人都有一个独特的个性、生活场景、康复需求。眼下,上海在全市构筑的社区“康复网底”,正努力走近居民身边,带去康复理念和实践,为一个个有需要的家庭接续新的希望,尽可能让每一名患者有尊严地活着,回归家庭、重返社会。

(上接第一版)跟随她的视角,上世纪90年代中国钢铁产业中的国企、民企、外企、混合制企业等各色群体的生存百态、企业主形象,也渐次登场。

从文本到影像,主创们在改编时达成了高度一致。爱奇艺高级副总裁、该剧总制片人戴莹认为,小说可贵之处在于“这群中小企业家是怎么去拥抱机遇、迎接变化的,他们的痛苦挣扎和奋发的过程,都讲得特别透彻”。创作过程中,导演傅育也力求将那个年代具有的精神力量传导到个性化的角色身上。“那群改革开放浪潮下的创业者,他们果敢有劲,甚至有‘置之死地而后生’的创业状态。他们渴望奇迹,也创造神话。”

于是,呈现在观众面前的许半夏有着敢冒险、也敢为冒险承担责任的品质,这使得她能在常人看来匪夷所思的选择中抓住机会。她和童骁骑、陈宇宙组成的创业“钢三角”更有着能吃苦耐劳的创

见人性:现实作笔、以情为本,雕刻出敢闯者群像

但若把这部剧仅仅当成一段完美女性的奋斗史、发家史,显然是看轻了它。延续了小说的现实主义,又放大电视剧温暖现实主义的风格,《风吹半夏》的创

浪奔浪流的年代,什么才最珍贵

作者现实作笔、以情为本,在辩证唯物主义的观念下雕刻出一幅让人边鼓掌、边思考的闯者群像。

现实作笔,剧中塑造的许半夏抛开了传统观念里完美女性零瑕疵的滤镜。她有善良与利己的双面性,有重情重义和果敢决绝的两种极端情绪。她对拼搏长驱直入,争份额、跑渠道、建钢厂,从来都是说干就干、大胆踏浪;她对欲望坦荡,留下赤裸裸的名台词“钱都起床了,你还没起”。

现实作笔,剧情演绎商场博弈,刀背藏身,并不回避竞争的残酷、人性的弱点。一场场饭局,将伍建设、裴正、郭启东、冯遇这群中小企业主的性格形象雕琢得淋漓尽致。但可贵的是,《风吹半夏》在留存了令人唾弃的商战江湖同时,

以情为本,让观众在天下熙熙皆为利来的商战里感受到了情义震撼。

最让人动容的莫过于“钢三角”组合。三个弱者、社会边缘人结缘于微时,从小小废品站开始了一生的羁绊。他们联手搞事业,不问过往、不计得失、不离不弃。童骁骑人狱那五年,许半夏和陈宇宙扛起他应尽却不能尽的孝道;当钢铁跌到谷底,许半夏眼看一败涂地之际,是童骁骑昼夜奔波、卖命载货,是陈宇宙一边抵押房产、一边与债主周旋,他们共同为她筑起盾牌;更不用说,陈宇宙的生命倒计时时,许半夏搏上一切也要争一争省二钢的经营权,极大原因是为了小陈圆梦。“钢三角”的A面是江湖儿女的传奇,B面点点滴滴沉淀着中国人骨子里的情义无价。

见时代:在激荡的川流上,托起有志者的海阔天空

时代是剧中从未缺席的主角。导演反复借冷的钢、沸的水,还有凝结着大众记忆的流行金曲,将取景框对准上世纪90年代到世纪之交那段既近又远的岁月。

1996年,许半夏独自从黑海带回万吨级废钢。所谓“废”,只是坦克、大炮没了用武之地,成列的报废武器乘破铁船航行,撞开许半夏他们的事业前程,重塑的也是东欧剧变后国际世界的格局。1998年,许半夏去东北买设备。曾经喷着高温灼热的厂房,此刻被雪花覆盖。厂子关了,人走了,机器仍在冰天雪地里。时代车轮之下,个体细碎发出微弱的声音。许半夏把设备买走,如同带走老钢铁人的青春,这也是为什么,那一大

批人心甘情愿跟着素昧平生者迁居南方。世纪之交,伍建设的钢铁厂弊病频现,设备和技术老化,产能上不去,污染减不了,危机已在眼前。而另一边,出于救弊,出于预判,许半夏他们的宇宙钢铁厂带着更文明、更规则的生长,才能走进新世纪。

剧中,每一次庞大的钢铁王国出现,都会让观众感知时代的风向。外面的世界有动荡,国企改革、压缩过剩生产力、节能减排、房地产市场新兴等,则是国内的流动、风的流动。而这风,便是改革开放的风。

如果说复古又贴切的服饰妆容、经典老歌,营造了一个准确且能满足想象的90年代梦境,那么扎扎实实的钢铁行业变迁,把氛围感兑现成了现实主义。它自成语录,会在台词之外言说:改革开放的每一步都渗透了外国人的奋斗、苦难和幸福。所有的阵痛、无序或者野蛮生长将渐渐离场,激荡的川流上,时代之风会托起有志者的海阔天空。